

## **Как помочь ребенку хорошо учиться?**

На сегодняшний день качественное образование стало одним из весомых пунктов в развитии человека как социального индивида. Но с хорошими учебными навыками не рождаются, поэтому некоторые ученики нуждаются в большем внимании и руководстве для того, чтобы лучше усвоить материал. Одним из важных факторов является родительское отношение к обучению ребенка. Особенно, если он не справляется с учебным материалом, но при этом родные ожидают от него хороших результатов, то без их помощи ребенку не обойтись.

Когда взрослые выделяют время на помощь своему чаду, это оказывает более эффективное влияние на его успеваемость в школе и в изучении материала, нежели качество самого учебного заведения или собственных способностей. При этом не стоит забывать, что каждый ученик уникален и требует особого внимания не только от учителей, но и от своих родителей. В этом случае к каждому пункту по оказанию помощи ребенку в учебе стоит отнестись серьезно, чтобы добиться положительных результатов.

Теплые взаимоотношения ребенка с родителями играют большую роль в учебном процессе. До определенного возраста (примерно 10-12 лет) ребенок учитывает интересы родителей. Если он должен что-то делать, где требуется проявить волю – он делает это для родителей, а значит и процесс обучения он воспринимает как что-то, от чего родители были бы довольны. Для себя он играет, ест сладости, смотрит мультики. Поэтому стоит учитывать тот факт, что ребенок до определенного возраста не задумывается о том, что ему необходимо учиться для себя и своего будущего.

Любой организационный процесс в учебе детей должен быть сформирован правильно и при этом, не нарушая их личные привычки. Индивидуальные особенности также должны учитываться. Ведь если родители проигнорируют, к примеру, привычный распорядок дня ребенка и начнут озабочено заниматься только его учебной стороной, то в таком случае они могут столкнуться с препятствием в виде сопротивления с его стороны в сотрудничестве. В таком случае развить учебный потенциал окажется во много раз сложнее. Стоит помнить, что главное в помощи ребенку хорошо учиться это: придерживаться плана, оказывать должное внимание, общение, контроль, взаимоуважение и соучастие.

### **Общение с ребенком**

Общение имеет основополагающее значение для развития детей. Им необходимо понимать и быть понятыми. Коммуникация является основой отношений и влияет на обучение, игры и социальные взаимодействия. Коммуникация с детьми способствует укреплению привязанности. Если опекун или родитель реагирует на сигналы ребенка еще с рождения и отвечает, общаясь с ними, то таким образом разрабатывает надежную привязанность к себе. А эта связь служит основой развития и обучения ребенка. В жизни ребенка долгое время важнейшей занятостью является учебный процесс. Общение напрямую влияет на освоение и развитие этой части жизни. Если ребенок вернулся из школы явно не в духе, родителям стоит попытаться поговорить с ним «по душам». Возможно, он поссорился с друзьями или был наказан учителем за какую-либо провинность. Подобные неприятности могут «отбить» желание посещать школу и успеваемость ребенка серьезно пошатнется. Задушевная беседа может стать лучшим способом решения подобных проблем. Ребенок не должен бояться или стесняться говорить с родителями. Он должен четко понимать, что решить проблему можно только

обсудив ее. Известно, что слабо развитый словарный запас у детей прямо пропорционально влияет на навыки грамотности. Без внешней помощи от 50% до 90% дети с коммуникационными потребностями впоследствии имеют проблемы с чтением. Багаж словарного запаса до 5 лет является важным показателем квалификации достигнутых в школе спустя годы.

### **Организация режима дня**

Организованный режим дня – это залог продуктивного обучения. Поэтому если родитель желает развивать ребенка всестороннее и хорошо повлиять на его успеваемость в школе, а также привить любовь к другим полезным вещам, ему стоит задуматься над организацией режима дня ребенка. Одним из обязательных условий правильного воспитания ребенка является контроль за его режимом дня. Ведь правильно спланированный режим дня имеет большое влияние на здоровье, а также и на физическое развитие. Режим дня – это привычный порядок жизни в течение дня, предполагающий здоровое чередование сна и бодрствования и кроме того разумную организацию разных типов деятельности. Правильный режим для детей укрепляет их здоровье, гарантирует трудоспособность, удачное выполнение разнообразных занятий и защищает от переутомления. От эффективности работоспособности клеток коры головного мозга, напрямую зависит физиологическая база, определяющая длительность работоспособности и характер. Вследствие этого нельзя перезагружать функционирование центральной нервной системы. На морфофункциональный уровень зрелости организма влияет режим дня и продолжительность ключевых его элементов, таких как:

- сон;
- занятия на свежем воздухе;
- учебная деятельность и воспитание;
- прием пищи;
- игровая деятельность и саморазвитие (творческие занятия, чтение, увлечения);
- личная гигиена.

Если у ребенка остается больше времени до сна, то в таком случае следует поинтересоваться у него, что ему интересно было бы изучить. Может он хотел бы заниматься музыкой, рисованием или каким-то видом спорта. Тогда стоило бы записать его на кружок. Стоит помнить, что если ежедневно проводить одни и те же действия, то они входят в привычку спустя месяц и тогда ребенок полностью привыкнет к нему. Иногда случается, что во время летних каникул ребенок перестает уделять время учебе. Такого нельзя допустить. Поэтому необходимо ему периодически давать задания, чтобы он не забывал материал, изученный в течение учебного года и после его выполнения поощрять в виде сладостей или, разрешив сходить куда-то с друзьями.

### **Развитие словарного запаса**

На сегодняшний день богатый словарный запас не только показатель эрудированности, но и залог хорошей памяти и более ясного восприятия информации. Неудивительно, что многие родители стремятся развить лексикон своего ребенка. Для этого есть несколько продуктивных шагов:

## **Чтение.**

Привить ребенку любовь к чтению – это один из главных положительных шагов к развитию словарного запаса. Пока ребенок не умеет читать, стоит читать ему перед сном всякого рода сказки, интересные рассказы и иногда стихи. Когда же он уже самостоятельно умеет читать, необходимо хвалить его за это и помогать ему при выборе книг. Тогда он полюбит это занятие и с каждой новой прочитанной книгой его словарный багаж будет пополняться.

## **Обсуждения.**

Есть вещи, которые ребенок может не понимать, незнакомый термин или выражение. В таком случае надо помочь ему разобраться и объяснить ему, что значит то или иное слово, предложить ему найти это слово в словаре и вместе прочитать значение.

## **Говорить и высказываться.**

Чтобы ребенок привык к более точным и ясным высказываниям, стоит постоянно вовлекать его в диалог. Находить темы для обсуждения и рассказывать что-то новое и интересное, обсуждать с ним истории и иногда что-то из научной части. К примеру, даже рассказать о каком-то историческом событии или о научном открытии. Главное делать это максимум интересно и эмоциональнее, чтобы ребенок был заинтересован и запомнил под впечатлением, что он обсуждал с родителем.

## **Игры со словами.**

Существует множество игр, основанных именно на развитии речи и словарного запаса ребенка. Даже обычное отгадывание слов или совместное сочинение какого-то рассказа, игры в ассоциации могут развить словарный запас и даже творческую сторону мышления ребенка.

## **Контроль за выполнением домашнего задания**

Во время учебы детям приходится изучать много информации. А одним из обязательных ежедневных дел является выполнение домашнего задания. Ведь именно благодаря домашнему заданию у ребенка закрепляются знания в памяти. Но не всегда им легко это дается, особенно если во время урока они были невнимательны и не до конца поняли материал. В таком случае родители должны помочь ему разобраться, тогда он будет чувствовать себя увереннее и ответственнее. Родители также не должны забывать, что для того, чтобы ребенку было удобно и без напряжения делать домашнее задание, они должны организовать им комфортные условия и поддерживать морально.

## **Правильное питание – залог успешного обучения**

Для каждого человека правильное питание – это источник энергии. Также от этого зависит состояние здоровья и улучшение памяти и мышления. Для ребенка это тоже является важным фактором. Одним из недостатков сегодняшнего дня является то, что в учебных заведениях дети не всегда любят питаться в столовых, поэтому употребляют

всякие продукты, которые их толком не насытят и не принесут ничего полезного, а иногда и опасно влияют на организм. Поэтому необходимо создать полезное меню для ребенка и обязательно следить за его приемом пищи. Обязательно должен быть завтрак, обед и ужин. Для стимулирования работоспособности мозга важными компонентами являются: цинк, магний, витамин В, кальций, токоферол и железо. Продукты, которые содержат данные вещества: морковь, капуста, печень животных, яйца растительное и оливковое масло, кисломолочные продукты. Для физического развития детей, свою очередь, полезен белок. Больше всего белка содержится в следующих продуктах: мясо, яйца, мясо рыбы, гречневая крупа, орехи и семечки. Диетологи рекомендуют детям для здорового питания сбалансировано употреблять продукты, насыщенные белками, углеводами, витаминами и минеральными веществами. Нельзя забывать и о ежедневном количестве употребляемой воды. Вода – это очищение организма от токсинов, поэтому стоит приучить ребенка пить умеренное количество воды в течение дня.

### **Приучение детей к самостоятельности**

Приучить ребенка к самостоятельности, значит пробудить в нем такие качества как: ответственность, дисциплинированность и вера в собственные силы. Обязанности, которые дают им родители, нацелены на то, чтобы вовлечь детей в процесс выполнения работы, которая требует от них максимальной самостоятельности. Это проявляется в самостоятельном выполнении домашних задания, в ситуациях, где от ребенка требуется сделать выбор или какое-то решение тоже самостоятельно. Даже некоторые обычные жизненные неудачи могут научить ребенка самостоятельно справляться с ними. По мере взросления малыша, определяется развитие навыков самостоятельности. В дошкольном возрасте ребенок должен уже уметь: ухаживать за собой и поддерживать порядок. И пока он относит уборку к своему роду игре, за каждое свое действие он ожидает похвалы. Также в этом возрасте его стоит научить: зубной гигиене, делать выбор касательно предложенных нарядов, собирать игрушки, стелить и заправлять постель. В более взрослом возрасте от 5-7 лет, дети должны уже без помощи уметь одеваться, складывать одежду сортируя ее, вытирать пыль и помогать накрывать на стол. Ко второму классу детей полезно научить: убираться на кухне (мыть посуду, вытирать ее и складывать), пользоваться плитой и уметь готовить себе элементарные завтраки, пылесосить. К своим 10 годам дети должны уже самостоятельно выполнять домашние дела. В этом возрасте они уже не должны бояться ездить на экскурсии с классом без родителей, ходить в походы, посещать спортивные секции и творческие кружки. Взрослым не стоит забывать, что они должны всегда поддерживать своего ребенка в любых начинаниях и делах. Но при этом нужно знать, когда можно вмешиваться, а когда лучше оставить его справиться с чем-то самому, чтобы он мог полностью проявить свои усилия и потенциал. Это даст ему возможность поверить в себя и стать сильным, чтобы быть самостоятельным в школе, повседневной жизни и в мире.